

හද්දේකරත්ත සූත්‍රය උත්තරීතර හුදකලාව

(මජ්ඣිම නිකාය, 3, 398 පිට, විභංගවග්ග)

බුදුසමයේ සදහන් සෑම අනුශාසනයක් ම ඉලක්ක කොට ඇත්තේ දුක අවබෝධ කර ගැනීමටත් එම දුකින් නිදහස් ව උපරිම මානසික සංතෘප්තියකින් ජීවත්වීමටත් මග පෙන්වීම සඳහායි. බුදුරජාණන් වහන්සේගේ සෑම දහම් පදයකින් ම අපට ලබා දෙන්නේ ප්‍රඥාවයි. එනම් තමා හා ලෝකය පිළිබඳ දකින නුවණයි. ධර්ම ශ්‍රවණය මගින් අප මෙම ජීවිතාවබෝධය ලද පමණට දුකින් නිදහස්වීමේ මාර්ගය අවබෝධ කර ගැනීමට අවස්ථාව උදාවේ. මෙකල ලොව වෙසෙන බුද්ධිමත් සෑමගේ ජීවිත අරමුණු අතර බුදුදහම මැනවින් ශ්‍රවණය කොට එය ශක්ති පමණින් අනුගමනය කිරීම ප්‍රධාන ජීවිත අභිලාශයක් විය යුතු ය. ඊට හේතුව දුකින් නිදහස්වීමේ පැහැදිලි මාවත එමගින් විස්තර කෙරෙන බැවිනි.

හුදෙකලා බවෙහි ආනිසංස දක්වා සැබෑ ලෙස හුදෙකලා වීමෙහි මාවත විස්තර කෙරෙන හද්දේකරත්ත සූත්‍රය ජීවිතයේ සැබෑ සතුට ලබන ආකාරය විස්තර කෙරෙන වටිනා දේශනාවකි.

දිනක් භාග්‍යවතුන් වහන්සේ හික්ෂුන් වහන්සේලා අමතා හුදෙකලා වූ උතුම් රාත්‍රිය පිළිබඳවත් එහි විස්තර විභාගයත් දේශනා කරන බව ප්‍රකාශ කළහ.

‘හද්දේකරත්තස්ස චෝ භික්ඛවේ, උද්දේසඤ්ච විභංගඤ්ච දේසිස්සාමි. තං සුණාථ, සාධුකං මනසිකරෝථ, භාසිස්සාමිති.’

හික්ෂුන් වහන්සේලා ඊට සතුට පළ කළ අතර භාග්‍යවතුන් වහන්සේ හුදෙකලා බවින් යුතු වර්තමාන මොහොතෙහි ජීවත් විය යුතු ආකාරය විස්තර කළහ.

*අතීතං නාචොගමෙය්‍ය නප්පට්ඨකංඛේ අනාගතං,
යදතීතං පතීතං තං අප්පත්තඤ්ච අනාගතං.*

අතීතය (පඤ්චස්කන්ධය තෘෂ්ණාදී වශයෙන්) අනුගමනය නොකරන්නේ ය. අනාගතය (පඤ්චස්කන්ධය තෘෂ්ණාදී වශයෙන්) නොපත්තේ ය. මක් නිසා ද යත් අතීතය ඉක්ම ගොසිනි. අනාගතය තවම පැමිණ නැති හෙයිනි.

*පච්චුප්පත්තඤ්ච යෝ ධම්මං තඤ්ඤා චිප්පසති,
අසංභීරං අසංකුප්පං තං විද්වා මනුබ්‍රූහයේ.*

යමෙක් වර්තමානයෙහි ප්‍රත්‍යුත්පන්න ධර්ම ඒ ඒ තැන්හි (අනිත්‍යාදී වශයෙන් විදර්ශනා) නුවණින් දකියි ද, නුවණැත්තා අසංභීර වූ අසංකෝප්‍ය වූ විදර්ශනාව වඩන්නේ ය.

*අප්පේච කිච්චං ආනප්පං කෝ ජඤ්ඤා මරණං සුචේ,
න හි නො සංගරං තේන මහාසේතේන මච්චිනා.*

අද ම විරිය කළ යුතු ය. හෙට මරණය පැමිණේ දැයි කවරෙක් දනී ද, මහත් සේනා ඇති මරුවා සමඟ මිතුරු බවක් නොමැත.

*ඒවං විහාරිං ආනාපිං අහෝරත්තමනඤ්ඤං,
තං චේ හද්දේකරත්තෝති සන්තෝ ආචික්ඛතේ මුනීති.*

මෙලෙස වාසය කරන කෙලෙස් තවන විරියයෙන් යුතු අනලස් වූ තැනැත්තා ‘හද්දේකරත්ත යැ’ යි බුද්ධ මුනි ප්‍රකාශ කරන්නේ ය.

හදදේකරන්න හෙවත් උතුම් වූ එක් රැයක් පිළිබඳ තේමාව දේශනා කළ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ඉන්පසු ඊට ළඟා වීමේ මාවත පැහැදිලි කරති. පළමුව අතීතය නමැති අන්තයෙන් නිදහස් විය හැකි මාවත දේශනා කරති. ඒ අනුව අතීත පඤ්චස්කන්ධය තෘෂ්ණා දෘෂ්ටි වශයෙන් අනුගමනය නොකළ යුතු ය. එනම් රූප, වේදනා, සඤ්ඤා, සංඛාර, විඤ්ඤා වශයෙන් පවත්නා අතීතයට අදාළ ස්කන්ධ පංචකයෙහි තෘෂ්ණාවෙන් දුරුවෙයි. තවද අනාගතයෙහි නිර්මාණය වන ස්කන්ධ පංචකයට අදාළ තෘෂ්ණාවෙන් ද දුරුවෙයි. එනම් මතු හටගන්නා රූප, වේදනා, සඤ්ඤා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන ස්කන්ධ පංචකයට පිළිබඳ තෘෂ්ණාව දුරු කරයි. ඒ අතර වර්තමානයෙහි හටගෙන නිරුද්ධ වන රූපාදි ස්කන්ධ පංචකය ද ඇල්ම දුරු කරයි.

න රූපං අන්තනො සමනුපස්සති {රූපය ආත්ම (නිත්‍ය, මම, මාගේ) වශයෙන් සිහි නොකරයි. = ගිනිදල්ල හා ගින්දර}
න රූපවන්තං වා අන්තානං {ආත්මය රූප සහිත වූවක් වශයෙන් හෝ නොසිතයි. = ගස සහ ගසේ ඡායාව}
න අන්තනි වා රූපං {ආත්මයෙහි රූපය ඇතැයි වශයෙන් හෝ නොසිතයි. = මල් සුවඳ හා මල}
න රූපස්මිං වා අන්තානං {රූපයෙහි ආත්මය ඇතැයි වශයෙන් හෝ නොසිතයි. = කරඬුව හා මැණික}

මෙලෙස අතීත, අනාගත, වර්තමාන යන කාලත්‍රයට අයත් රූපාදි ස්කන්ධ පංචකය පිළිබඳ මනා වැටහීමෙන් යුතුව ඒ කිසිවක් කෙරෙහි තෘෂ්ණාවක් නොමැති ව වාසය කිරීම උතුම් ලෙස රැයක් නොහොත් දවසක් ගත කිරීම (හදදේකරන්න) වශයෙන් දක්වා තිබේ. දුර්ලභව ලද මිනිසන් හවයෙන් හා අතිදුර්ලභව ලද බුද්ධෝත්පාදයෙන් අප ලබන උසස් ඵලය යන්නේ ස්කන්ධ පංචකය පිළිබඳ ඇල්ම දුරුකොට විතරාශිව වාසය කිරීමයි. ඒ සඳහා සමථ විර්ගනා වැඩීම අවශ්‍ය වන අතර පටිච්චසමුප්පාදය පිළිබඳ අවබෝධයෙන් යුතු අනිත්‍ය, දුක්ඛ අනාත්ම යන ත්‍රිලක්ෂණය පිළිබඳ මෙනෙහි කිරීම ද අවශ්‍ය කෙරේ.

දුකින් නිදහස්වීමේ මාවත පැහැදිලිව, නිවැරදිව හා ස්ථාවරව දේශනා කෙරෙන පංච උපාදනස්කන්ධය පිළිබඳ විස්තරයට බුදුදහමෙහි ප්‍රධාන තැනක් හිමි වේ. බුදුරදුන්ගේ සෑම අනුශාසනයක් ම පංචුපාදනස්කන්ධය අවබෝධ කර ගැනීමටත් එයින් නිදහස්වීමටත් මග පෙන්වයි. ත්‍රිපිටකය පුරා පංචුපාදනස්කන්ධය තේමාකොට දේශිත අනුශාසනා රාශියක් ඇතුළත් වේ. ඒ අතර සංයුත්ත නිකායෙහි බන්ධ සංයුත්තය නමින් වෙනම කොටසක් මේ සඳහා වෙන් කර ඇත. විශේෂයෙන් භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කරන පළමු දේශනාවේ දී ම පස්වග මහණුන්ට සෝවාන්වීමට මග විවර කර දෙමින් මේ පිළිබඳව සඳහන් කර තිබේ. ඒ අනුව ජාති, ජරා, ව්‍යාධි ආදී දුක් පිළිබඳව විස්තර කොට ඒ සියල්ල ‘සංඛින්නෙන පංචුපාදනක්ඛන්ධා දුක්ඛා’ යනුවෙන් සංක්ෂිප්ත කොට ඇත. බුදුරදුන් විසින් දේශිත දෙවන දේශනය වන අනන්ත ලක්ඛණ සූත්‍රයෙහි ද පංචුපාදනස්කන්ධය පිළිබඳ තවදුරටත් දේශනා කරමින් පස්වග මහණුන්ට නිවන් මග එළි පෙහෙළි කර දුන්හ. ජීවිතය පුරා අප අත්විඳින දුක මැනැවින් තේරුම් ගැනීමට නම් පංචුපාදනස්කන්ධය පිළිබඳ පැහැදිලි අවබෝධයක් ලබා ගැනීම අවශ්‍ය කෙරේ. මහා පහන් ටැඹක් මෙන් පංචුපාදනස්කන්ධය පිළිබඳ අවබෝධය නිවන් මග එළි පෙහෙළි කර දෙයි.

පංචුපාදනස්කන්ධය යනු රූප, වේදනා, සඤ්ඤා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන පහයි. රූප යනු සතර මහා භූත රූප හා ඒ ඇසුරු කොට පවතින උපාදය රූප 24යි (ප්‍රසාද රූප 5 = වක්ඛු, සෝත, ඝාණ, ජීවිතා, කාය), ගෝචර රූප 4 = රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස), (භාවරූප 2 = ඉත්ථිභාව, පුරිසභාව), හදයවතූ රූප, ජීවිතෙන්ද්‍රියරූප, ආහාර රූප, පරිච්ඡේද රූප, (විඤ්ඤාත්ති රූප 2 = කායවිඤ්ඤාත්ති, වච්චිඤ්ඤාත්ති), (විකාරරූප 3 = ලහුතා, මුදුතා, කම්මඤ්ඤාතා), (ලක්ෂණ රූප 4 = උපවය, සන්තති, ජරතා, අනිච්චතා)}. වේදනා යනු ඇස, කන, නාසය, දිව, කය, මනස යන ඉන්ද්‍රිය හය රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, ස්පර්ශ, ධර්ම හා සම්බන්ධවීමෙන් හටගන්නා සැප, දුක්, උපේක්ෂා ආදී වේදනාවන් ය. සඤ්ඤා යනු ඇස, කන ආදී ඉන්ද්‍රිය මගින් රූප, ශබ්දදී අරමුණු ගැනීමේ දී හටගන්නා ඒ පිළිබඳ හඳුනා ගැනීමයි. සංඛාර යනු ඇස, කන ආදී ඉන්ද්‍රිය රූප, ශබ්දදී අරමුණු හා සම්බන්ධ වීමේ දී පහළ වන චේතනාවන් ය. විඤ්ඤාණ යනු ඇස, කන ආදී ඉන්ද්‍රිය රූප, ශබ්දදිය හා සම්බන්ධ වීමේ දී ඒවා දැන ගන්නා ස්වභාවයයි. අප ලෝකය පිළිබඳ සියලු ආකාරයේ දැන ගැනීම් ඇති කර ගන්නේ ඇස, කන ආදී ඉන්ද්‍රිය හයට රූප, ශබ්දදී අරමුණු හය ලබා ගැනීම් වශයෙනි. මෙම අභ්‍යන්තර ඉන්ද්‍රිය හය හා බාහිර අරමුණු හය හැරුණු කොට වෙනත් අත්දැකීමක් නොමැත. අතීත, වර්තමාන, අනාගත,

දුර, ළඟ, හීන, ප්‍රණීත, සුබ්‍රම, ඕලාරික, අභ්‍යන්තර, බාහිර වශයෙන් පවත්නා සියලු අත්දැකීම් මෙම ඉන්ද්‍රිය හය හා අරමුණු හය ඔස්සේ ලබා ගන්නා ඒවා ය. මෙම අද්දැකීම්වල ස්වභාවය වන්නේ හේතු එක් වූ විට එය වර්තමානයෙහි ක්ෂණිකව හටගෙන (අස්මිං සනි ඉදං නොති) හේතු නිරුද්ධ වීමෙන් එම අත්දැකීම ක්ෂණික ව නිරුද්ධ වීමයි (අස්මිං අසනි ඉදං න නොති). අතීතයෙන් වර්තමානයට නොපැමිණෙන වර්තමානයෙන් අනාගතයට නොයන මෙම පංචුපාදනස්කන්ධය (අනුන්වා සම්භුතං නුන්වා න නවිස්සනි) මේ මොහොතෙහි හටගෙන මේ මොහොතෙහි ම නිරුද්ධ වේ. කිසියම් අත්දැකීමක් ලැබුණු විගස එම සිතිවිල්ල තවත් සිතකට උපකාරවත් වෙමින් කිසිවක් ඉතිරි නැතිව එම මොහොතෙහි ම නිරුද්ධ වේ. හටගෙන නිරුද්ධ වීම සියලු අද්දැකීම්වල ස්වභාවයයි (උප්පාද වය ධම්මිනො). නිරුද්ධ වූ එම අත්දැකීම නිරුද්ධ වූ බව නොදැනීම හෙවත් අවිද්‍යාව හේතුවෙන් එම අද්දැකීම සිහිකරත් ම එය තවම ඇති දෙයක් ලෙස නිත්‍ය, සැප, ආත්ම, සුබ වශයෙන් ගැනීම හේතුවෙන් දුක හටගනී. එය සිහිකරත් ම වර්තමානයෙහි නව අද්දැකීමක් ලෙස යළි එය උපදී. එහෙත් අපට සිතෙන්නේ අතීත අද්දැකීම තවම ස්ථිර ව පවතින දෙයක් වශයෙනි. එම නිසා අප ඇසින් දුටු කනිත් ඇසු රූප ශබ්දදිය සිහිකොට අයෝනිසෝ මනසිකාරයෙන් අතීතයට දිව ගොස් ඒ පිළිබඳ දුක් සැප විඳී. දුක හටගන්නා මූලික ස්ථානය මෙයයි.

ඇස, කන ආදී කිසියම් ඉන්ද්‍රියකින් රූප, ශබ්දදී කිසියම් අරමුණක් ගැනීමේ දී අප එක් විටෙක එක ඉන්ද්‍රියයකින් ගනු ලබන්නේ එක අරමුණක් පමණි. එහෙත් ඉන්ද්‍රියයන්ගේ හා සිතෙහි පවත්නා වේගවත් බව හේතුවෙන් මෙය වෙන්කොට හඳුනා ගැනීම පහසු නොවේ. එය නුවණින් දැන යුත්තකි. එමෙන් ම කිසියම් ඉන්ද්‍රියයකින් රූපාදී කිසියම් අරමුණක් ලබා ගැනීමේ දී අප එය දැන හඳුනා ගන්නා අවස්ථාව වන විට ක්ෂණිකව රූප, වේදනා, සඤ්ඤ, සංඛාර, විඤ්ඤණ යන ස්කන්ධ පංචකය හට ගනී. හට ගන්නවා පමණක් නොව අප ඒ පිළිබඳව දැන ගන්නා විට මූලින් හටගත් පංචුපාදනස්කන්ධය නිරුද්ධ වී එය මනෝ විඤ්ඤයෙන් දැන ගන්නා නව අත්දැකීමක් බවට ද පත් වේ. එතරම් වේගයකින් මෙය ක්‍රියාත්මක වේ.

අප ජීවිතය පිළිබඳව ලබන සකලවිධ අත්දැකීම්වල ස්වභාවය මෙයයි. අප ජීවත් වෙනවා යනු එමෙන් ම ජීවිතය පිළිබඳ ඕනෑම අද්දැකීමක් ලබනවා යනු මෙම පංචුපාදනස්කන්ධයෙහි ක්ෂණික හටගැනීමයි. නැදෑ හිතවතුන්, යාන වාහන, ගරු නම්බු, මිලමුදල්, ඉඩකඩම්, ගේ දෙර, අධ්‍යාපනය, රූප සම්පත්තිය ආදී වශයෙන් කිසියම් අත්දැකීමක් ලබනවා යනු එක මොහොතක හටගන්නා පංචුපාදනස්කන්ධය නමැති ක්ෂණික අද්දැකීමයි. බාහිර රූප, ශබ්දදිය ළඟා කර ගනිමින් සැප, දුක් විඳිනවා යනු පංචුපාදනස්කන්ධයක එක මොහොතක අද්දැකීම් මාත්‍රයක් පමණි. මේ බව නොදන්නා හේතුවෙන් ගේදෙර, ඉඩකඩම්, දූදරුවන් ආදී වශයෙන් නම් කොට අප ඒවාට ඇලී ගැලී කටයුතු කරයි. ඒවා වෙනස් වීමේ දී දුකට සන්තාපයට පත්වේ.

ජීවිතාවබෝධයට ඉවහල් වන සැබෑ දහමක පහසු නොලද අශ්‍රැතවත් පෘථව්ජනයා තම ජීවිතය පිළිබඳව පඤ්චුපාදනස්කන්ධය ඔස්සේ සිතන ආකාරය අත්තදීප සූත්‍රයෙහි ආරම්භයෙහි මෙලෙස දැක්වේ. බුද්ධාදී උතුමන් අනුගමනය කළ, දේශනා කළ ආර්ය ධර්මය නොදකින ආර්ය දහමෙහි අදක්ෂ ආර්ය දහමෙහි නොහික්මුණු තැනැත්තා රූප, වේදනා, සඤ්ඤ, සංඛාර, විඤ්ඤණ යන තම ජීවිත සැකැස්ම පිළිබඳව මෙලෙස අනුවණින් කල්පනා කරයි. එනම්,

- රූපං අත්තනො සමනුපස්සනි {රූපය ආත්ම (නිත්‍ය, මම, මාගේ) වශයෙන් සිහිකරයි. = ගිනිදල්ල හා ගින්දර}
- රූපවන්තං වා අත්තානං {ආත්මය රූප සහිත වූවක් වශයෙන් හෝ සිතයි. = ගස සහ ගසේ ඡායාව}
- අත්තනි වා රූපං {ආත්මයෙහි රූපය ඇතැයි වශයෙන් හෝ සිතයි. = මල් සුවඳ හා මල}
- රූපස්මිං වා අත්තානං {රූපයෙහි ආත්මය ඇතැයි වශයෙන් හෝ සිතයි. = කරවූව හා මැණික}

මෙලෙස විපරීත ආකාරයෙන් සිතන තැනැත්තාගේ රූපය වෙනස් වීමේ දී ඔහුට සෝක පරිදේව දුක් දෙමිනස් හටගනී. මෙම විපල්ලාසය නිසා තම රූපය නිත්‍ය, සුබ, සුභ, ආත්ම වශයෙන් දැඩිව ග්‍රහණය කර ගෙන සිටීම හේතුවෙන් එය වෙනස්වීමේදී තම බලාපොරොත්තු කඩ වන විට අපමණ දුකකට ශෝකයකට වැළපීමකට පත් වේ. සැබෑ දහමක පහසු නොලද මනා නුවණින් තොර තැනැත්තාට දුක හටගන්නේ මේ අයුරිනි. වේදනා, සඤ්ඤ, සංඛාර, විඤ්ඤණ යන සෙසු ස්කන්ධ පිළිබඳව ද මේ අයුරින් ම අනුවණින් සිතයි. මෙලෙස ස්කන්ධ පංචකය පිළිබඳ විපරීත ආකාරයෙන් සිතන ක්‍රම 20ක් දැක්වේ. මෙය විසි ආකාර සක්කාය

දිවිය වශයෙන් දක්වා තිබේ. මේ අයුරින් සිතන තැනැත්තා 'අත්තදීපා' 'ධම්මදීපා' යනුවෙන් දැක්වෙන තම සිත, සද්ධර්මය පහනක් (ආලෝකයක්) කොට වෙසෙන්නෙක් නොවේ. ධර්මශ්‍රවණය හා යෝනිසෝ මනසිකාරය නැති වීමෙන් සිදුවන ජීවිත ව්‍යසනය, සසරෙහි අසරණබව මෙමගින් සඳහන් වේ.

යම් මොහොතක රූප, වේදනාදී පංචුපාදනස්කන්ධය පිළිබඳ යථා ස්වභාවය ධර්මානුකූලව නුවණින් දැන එය ප්‍රත්‍යක්ෂ අවබෝධයක් බවට පත් කර ගැනීමට හැකි වුවහොත් බාහිර සියලු දුක්, කම්කටොළුවලින් පමණක් නොව තමාගේ ශරීරය පිළිබඳ ලෙඩවීම්, මහලුවීම්, මරණය ආදී සියලු දුක්වලින් ද මේ ජීවිතය තුළදී ම නිදහස්වීමට අවස්ථාව උදාවේ. බුදුදහමේ ඇතුළත් සියලු අනුශාසනා ඉලක්ක කොට ඇත්තේ මෙම පංචුපාදනස්කන්ධය මැනවින් තේරුම් ගැනීම සඳහායි. ඒ සඳහා මාර්ගය වශයෙන් පනවා ඇත්තේ සතර සතිපට්ඨානයයි.

කායානුපස්සනාව වැඩීමෙන් රූපය පිරිසිඳ දැන ගැනීමටත්, වේදනානුපස්සනාව වැඩීමෙන් වේදනාස්කන්ධය දැන ගැනීමටත්, චිත්තානුපස්සනාව වැඩීමෙන් විඤ්ඤාණස්කන්ධය අවබෝධ කර ගැනීමටත් ධම්මානුපස්සනාව වැඩීමෙන් සඤ්ඤා, සංඛාර යන ස්කන්ධ දෙක පිරිසිඳ දැන ගැනීමටත් අවස්ථාව උදාවේ.

පෘථග්ජනයාට සේඛ (සෝවාන්, සකදගාමී, අනාගාමී යන) තත්ත්වයට පත්වීමටත්, සේඛයාට අසේඛ (හෙවත් රහන්) බවට පත්වීමටත් රහතුන්ට පිරිනිවන තෙක් දිට්ඨධම්ම සුඛ විභරණයෙන් විසීමටත් ඒකායන ප්‍රතිපාදව වශයෙන් භාග්‍යවතුන් වහන්සේ පනවා ඇත්තේ රූප, වේදනා, සඤ්ඤා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන පංච උපාදනස්කන්ධය සමුදය, අත්ථංගම, අස්සාද, ආදීනව, නිස්සරණ වශයෙන් යළි යළිත් නුවණින් වඩන ලෙසයි. මෙයින් පැහැදිලි වන ප්‍රධාන කරුණක් නම් ඕනෑම බුද්ධිමට්ටමක සිටින ඕනෑම ආධ්‍යාත්මික තලයක් නියෝජනය කරන කෙනෙකුට බුදුදහමින් මග පෙන්වන්නේ පංචුපාදනස්කන්ධයේ සැබෑ තතු අවබෝධ වන අයුරින් තම බුද්ධිය මෙහෙයවන ලෙසයි.

නබසිබෝපම සූත්‍රයේදී භාග්‍යවතුන් වහන්සේ දේශනා කළේ රූප, වේදනා, සඤ්ඤා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන ස්කන්ධ පංචකය අතර නිත්‍ය, ධ්‍රැව, ශාශ්වත, වෙනස් නොවන, සම ව පවතින වශයෙන් ගත හැකි කිසිවක් නොමැති බවයි. රූපාදි ස්කන්ධ පංචකය ම අනිත්‍ය, අනියත, අශාශ්වත, විපරිනාම, සම ව නොපවතින ඒවා බව බුදුරජාණන් වහන්සේ වැඩිදුරටත් පැහැදිලි කළහ.

තවදුරටත් මෙය පැහැදිලි කරන භාග්‍යවතුන් වහන්සේ නිය පිටට පස් විකක් ගෙන එය පෙන්වා එපමණ වූ ද ස්වල්පයක් නමුදු නිත්‍ය, ධ්‍රැව, ශාශ්වත, අවිපරිනාම රූපයක් නැති බව ද එසේ නිත්‍ය රූපයක් වූයේ නම් මැනවින් දුක් ගෙවීම පිණිස බඹසර නොපනවන බව ද දේශනා කළහ. වේදනා, සඤ්ඤා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ අතර ද නිත්‍ය වූ යමක් නොමැති බවත් එලෙස නිත්‍ය වූ යමක් වූයේ නම් බඹසර නොපනවන බවත් පැහැදිලි කළහ. මෙලෙස දේශනා කොට 'රූපය නිත්‍ය ද අනිත්‍ය ද වේදනාව නිත්‍ය ද අනිත්‍ය ද....' ආදී වශයෙන් හික්ෂුන් වහන්සේ වෙතින් ම ප්‍රතිප්‍රශ්න නගමින් තවදුරටත් රූපාදි ස්කන්ධ පංචකයේ පවතින යථාර්ථය දේශනා කළහ.

මෙලෙස තථාගත දේශනය ශ්‍රවණයත් සමඟ අතීත, අනාගත, වර්තමාන, ආධ්‍යාත්මික, බාහිර, සුඛම, ඕලාරික, හීන, ප්‍රණීත, දුර, ළඟ වශයෙන් යම් කිසි රූපයක්, වේදනාවක්, සඤ්ඤාවක්, සංඛාරයක්, විඤ්ඤාණයක් වේ ද ඒ සියල්ල හිස්, බොල්, හර නැති දෑ ලෙස ශ්‍රාවකයාට වැටහී යයි. ඒ අනුව ශ්‍රැතවත් ආර්ය ශ්‍රාවකයාට රූපය පෙණ පිඩක් මෙන් ද, වේදනාව දිය බුබුලක් මෙන් ද, සඤ්ඤාව මිරිඟුවක් මෙන් ද, සංස්කාර කෙසෙල් කඳක් මෙන් ද, විඤ්ඤාණ මායාවක් මෙන් ද නුවණින් වැටහෙයි. මෙලෙස නුවණින් සිහිකිරීම නිසා රූපාදි ස්කන්ධ පංචකය පිළිබඳ කළකිරීමට පත් වෙයි. නොඇලීමට පත් වෙයි. කලකිරීම නිසා විරාගී බවටත් විරාගී බව නිසා මිදීමටත් මිදුණු පසු මිදුණා ය යනු අවබෝධයටත් පත් වෙයි.

එවං පස්සං භික්ඛවෙ, සුත්ථා අරියසාවකො රූපස්මිම්භි නිබ්බන්දති වෙදනායපි නිබ්බන්දති සඤ්ඤායපි නිබ්බන්දති සංඛාරෙසුපි නිබ්බන්දති විඤ්ඤාණස්මිම්භි නිබ්බන්දති. නිබ්බන්දං විරජ්ජති විරාගා විමුච්චති විමුත්තස්මිං විමුත්තමිති ඤ්ඤාණං හොති. ඛිණා ජාති වුසිනං බ්‍රහ්මචරියං කතා කරණියං නාපරං ඉඤ්ඤානායාති පජානාති.

‘පෙණපිණ්ඩුපමං රූපං වේදනා බුබුලුභ්වපමා,
මරීචිකුපමා සඤ්ඤා සංඛාරා කදලුපමා,
මායුපමඤ්ච විඤ්ඤාණං දීපිනාදිච්චබන්ධුනා.’

රූපය පෙණපිඩක් මෙන් ද වේදනාව දිය බුබුලක් මෙන් ද සඤ්ඤාව මිරිඟුවක් මෙන් ද සංස්කාරය කෙසෙල් කඳක් මෙන් ද විඤ්ඤාණය මායාවක් මෙන් ද ආදිච්ච බන්ධු වූ බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් දේශනා කරන ලදී.

මෙම සූත්‍රයෙන් ප්‍රධාන වශයෙන් විස්තර වන්නේ පුද්ගලයා නිර්මාණය වූ මූලික ඒකකය වන ස්කන්ධ පංචකයේ ස්වභාවය පැහැදිලි කොට දුකින් සදහට නිදහස් වීම සඳහා එම ස්කන්ධ පංචකය පිළිබඳව ඇති කර ගත යුතු බුද්ධිමත් ආකල්පය පැහැදිලි කිරීමයි.

අපගේ ජීවිතය යනු ඇසින් රූප දැකීම, කණින් ශබ්ද ඇසීම, නාසයෙන් ගඳ සුවඳ විඳීම, දිවෙන් රස විඳීම, ශරීරයෙන් පහස ලැබීම, සිතීන් සිතිවිලි සිතීම යන ක්‍රියාවලියයි. මෙකී අභ්‍යන්තර ආයතන හය සහ බාහිර අරමුණු හය හැරුණු කොට ජීවිතය කියා ගත හැකි අන් කිසිවක් නැත. ඇස, කණ ආදී කුමන ආයතනයකින් අරමුණක් ගත්ත ද කිසියම් අද්දැකීමක් ලැබීම යනු රූපාදි ස්කන්ධ පංචකයේ හටගැනීමයි. මෙම ස්කන්ධ පහ හේතූන්ගේ එකතුවේ ප්‍රතිඵලයක් ලෙස එකට හටගෙන හේතු නිරුද්ධ වීමෙන් එකට ම නිරුද්ධ වේ. ඒ අනුව අප ජීවත් වෙනවා යනු හැම මොහොතක ම සිදුවන ස්කන්ධ පංචකයේ හටගැනීම හා නිරෝධයයි. මේ බව නොදන්නාකම හෙවත් අවිද්‍යාව නිසා බාහිර ද්‍රව්‍ය, පුද්ගලයන් ඇත යන හැඟීමෙන් ඒ කෙරෙහි විශ්වාසය තබා ක්‍රියා කරන දක්නට ලැබේ. අවිද්‍යාව ඇති පමණට රාග, ද්වේෂ හටගෙන ජරා, මරණ හමුවෙහි දුකට පත් ව මරණින් මතු ද නැවත භවයක උපත ලබයි. බුදුදහමින් අපට පෙන්වා දෙන්නේ අවිද්‍යාව දුරු කොට දුකින් නිදහස් වීමේ මාවතයි.

තව ද අභිඤ්ඤා සූත්‍රයෙහි සඳහන් පරිදි කිසියම් නුවණැත්තකු විසින් අවබෝධ කර ගත යුතු ප්‍රධානතම කරුණ වශයෙන් දක්වා ඇත්තේ පංචුපාදනස්කන්ධයයි. විවිධ විෂය ධාරා සඳහා අප ලබන අධ්‍යාපනය කිසියම් රැකියාවක්, කීර්තියක් නැතහොත් ලෝකය හෝ තමා පිළිබඳ කිසියම් දැනීමක් ලැබීමට උපකාරවත් විය හැකියි. එහෙත් ඒ කිසිවක් සැබෑ ලෙස දුකින් නිදහස් වීමේ සැබෑ දැනීමක් නොවේ. එබැවින් බුදුදහමින් අපට මග පෙන්වන්නේ ජීවිතයේ සැබෑ සැනසුම සඳහා රූප, වේදනාදි පංචුපාදනස්කන්ධය අවබෝධ කර ගැනීමට හැකි වන අයුරින් තම චින්තනය මෙහෙයවන ලෙසයි. බුදුදහමට අනුව යමකු සැබෑ ප්‍රඥාචන්තයකු දැයි පරීක්ෂා කර බලන මූලික ලක්ෂණ අතර ප්‍රධාන කරුණක් වන්නේ ඔහු කෙතෙක් දුරට පංචුපාදනස්කන්ධය පිළිබඳව දැනුවත් ද සිටී ද යන්නයි. මේ පහ යථාර්ථ වශයෙන් සත්‍ය වුව ද සැබෑ ලෝකයේ දී වෙන් කොට හඳුනාගත හැකි ඒවා නොවේ. ඒවා පරමාර්ථ වශයෙන් විස්තර කළ හැකි ප්‍රඥාවෙන් දන යුතු ධර්මතාවන් ය. දුකින් නිදහස් වීමේ ඒකායන ප්‍රතිපදාව වැටී ඇත්තේ පංචුපාදනස්කන්ධය අවබෝධ කර ගැනීම ඔස්සේයි.

පංචුපාදනස්කන්ධය පිරිසිඳ දැනීම සඳහා මූලින් සුතමය පඤ්ඤා වශයෙන් ධර්ම ශ්‍රවණය තුළින් දැනුවත් බව ලබා චින්තාමය පඤ්ඤා වශයෙන් එය යළි යළිත් මෙනෙහි කිරීමත් සමථ විදර්ශනා භාවනා ඔස්සේ සිත තැන්පත් කොට එකඟ වූ සිතීන් භාවනාමය පඤ්ඤා වශයෙන් එය නුවණින් මෙනෙහි කිරීමත් අවශ්‍ය වේ. පංචුපාදනස්කන්ධය පිළිබඳ උසස් ම අවබෝධය ලබා දුකින් නිදහස්වීමට අවකාශ ලැබෙන්නේ මේ අනුපිළිවෙළට ක්‍රියා කිරීමෙනි.

අප ජීවත් වනවා යනු එක මොහොතක පවත්නා එක සිතිවිල්ලක් පමණි. එනම් ක්ෂණිකව හටගන්නා පංචුපාදනස්කන්ධයක අද්දැකීමයි. අප අතීතය ගැන කෙතරම් දුක් වුව ද ආඩම්බර වුව ද අනාගතය ගැන කෙතරම් බලාපොරොත්තු තබා තිබුණ සැබෑ ලෙස ජීවිතය යනු වර්තමාන මොහොතෙහි අත්දැකීමයි. සමථ භාවනා ඔස්සේ සිත තැන්පත් කොට විදර්ශනා භාවනා මගින් මෙම පංචුපාදනස්කන්ධයේ යථාර්ථය නුවණින් දැක හැම මොහොතක ම සිතිය හා නුවණින් විසීමට අප සමත් වුවහොත් බාහිර කිසිදු පුද්ගලයකුට හෝ දෙයකට අපව කම්පාවට පත් කිරීමට නොහැකි වනු ඇත. එපමණක් නොව අප සතු රූපය ජරා, වාර්යාධි,

මරණයට පත් වීමේ දී කිසිදු මානසික පීඩාවක් ඇති නොවන පරිදි උසස් මානසික ඒකාග්‍රතාවකින් කල් ගත කිරීමට ද අවස්ථාව සැලසෙනු ඇත. මේ සඳහා මාවත වශයෙන් බුදුදහමින් නිර්දේශ කොට ඇති බඹසර වන්නේ සීල, සමාධි, පඤ්ඤා යන ත්‍රිවිධ ශික්ෂාවෙන් යුත් ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයයි. එනම් සම්මා දිවිය පෙරටු කොටගත් වැඩිය යුතු අංග අටයි.

- 1. සම්මා දිවියි (යහපත්/ නිවැරදි දැකීම)
- 2. සම්මා සංකප්ප (යහපත්/ නිවැරදි සංකල්පනා)
- 3. සම්මා වාචා (යහපත්/ නිවැරදි වචන)
- 4. සම්මා කම්මන්ත (යහපත්/ නිවැරදි කර්මාන්ත)
- 5. සම්මා ආජීව (යහපත්/ නිවැරදි දිවිපැවැත්ම)
- 6. සම්මා වායාම (යහපත්/ නිවැරදි උත්සාහය)
- 7. සම්මා සති (යහපත්/ නිවැරදි සතිමත්ඛව)
- 8. සම්මා සමාධි (යහපත්/ නිවැරදි සමාධිමත්ඛව)

නිත්‍ය, ස්ථිර, නොවෙස්වන රූප, වේදනාදි කිසිවක් ලොව නොපවත්නා බැවින් භග්‍යවතුන් වහන්සේ මෙම බඹසර මාවත පනවා ඇති අතර දුක් සහිත ලෝකයෙන් එතෙර වීමට ඇති ඒකායන ප්‍රතිපදාව වන්නේ මෙම ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගයයි. එබැවින් ධර්ම ශ්‍රවණය හා යෝනිසෝ මනසිකාරය ඔස්සේ සම්මා දිවිය වර්ධනය කර ගනිමින් අප්‍රමාදීව මෙම දහම් මාවතෙහි ගමන් කිරීමට අප උත්සාහවත් විය යුතු ය. දුර්ලභව ලද උතුම් විසින් දිවියෙන් ප්‍රතිඵල නෙළා ගැනීමට අප සෑම අප්‍රමාදී වීම අවශ්‍ය කෙරේ. අප්‍රමාදී බව උතුම් ධනයක් මෙන් සුරකිමින් මෙම ධර්ම මාර්ගයෙහි ඉදිරිය බලා පියවර තැබිය යුතු ය.

මෙහිදී රූපාදි ස්කන්ධ පංචකය වතුරාර්ය සත්‍යයට ගළපා තේරුම් ගැනීම ද වැදගත් වේ. ඒ අනුව රූප, වේදනා, සඤ්ඤා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන ස්කන්ධ පංචකය දුක්ඛ සත්‍යය බවත් එහි අනවබෝධය නිසා තම චිත්ත සන්තානයේ අවිද්‍යා භවතණ්හා හටගැනීම සමුදය සත්‍යය (දුකට හේතුව) බවත් සමථ කමටහනක් ඔස්සේ සිත සමාධිමත් කොට ස්කන්ධ පංචකයේ සමුදය, වය, අස්සාද, ආදීනව, නිස්සරණ සම්මර්ශනය කරමින් විදර්ශනාව (ප්‍රඥාව) දියුණු කිරීම මාර්ග සත්‍යය බවත් එහි ප්‍රතිඵල වශයෙන් විද්‍යාව හා විමුක්තිය සාක්ෂාත් කිරීම දුක්ඛ නිරෝධය බවත් මැනවින් තේරුම් ගෙන ඒ අනුව තම සියලු කටයුතු සංවිධානය කොට ඊට අනුගතව දැඩි කැපවීමෙන් ක්‍රියා කිරීමයි (අභිඤ්ඤා සුත්ත, අං.නි.).

මෙලෙස ක්‍රියා කිරීමේදී තමාගේ සිත සහ අවබෝධය පිළිබඳ විශ්වාසය තබමින් අන් දෙයක පිළිසරණ නොපතා සිත දියුණු වන ක්‍රියාවලියක නියැලීම මෙහිලා අවශ්‍ය කෙරේ (අන්තදීපා භික්ඛවෙ විහරථ අන්තසරණා න අඤ්ඤාසරණා). ඒ අතර ධර්මය පිළිසරණ කොට ගෙන අන් පිළිසරණක් නොපතා කළ (ධම්මදීපා භික්ඛවෙ විහරථ ධම්මසරණා න අඤ්ඤාසරණා) යුතුව ඇත. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ නිතර අවධාරණය කළේ මෙම ධර්මමාර්ගය ඔස්සේ අප්‍රමාදීව ක්‍රියා කරන ලෙසයි (අප්පමාදෙන භික්ඛවෙ සම්මාදෙථ). අපි ද ඒ සඳහා නිතර උත්සාහවත් ව ක්‍රියා කරමු.

One Fine Night

Bhaddhekaratta Sutta

So, I have heard. At one time the Buddha was staying near Sāvattthī in Jeta’s Grove, Anāthapiṇḍika’s monastery. There the Buddha addressed the mendicants, “Mendicants!”

“Venerable sir,” they replied. The Buddha said this:

“I shall teach you the passage for recitation and the analysis of One Fine Night. Listen and pay close attention, I will speak.” “Yes, sir,” they replied. The Buddha said this:

“Don’t run back to the past,
don’t hope for the future.
What’s past is left behind;
the future has not arrived;

and phenomena in the present
are clearly seen in every case.
Knowing this, foster it—
unfaltering, unshakable.

Today’s the day to keenly work—
who knows, tomorrow may bring death!
For there is no bargain to be struck
with Death and his mighty hordes.

The peaceful sage explained it’s those
who keenly meditate like this,
tireless all night and day,
who truly have that one fine night.

And how do you run back to the past? You muster delight there, thinking: ‘I had such form in the past.’ ... ‘I had such feeling ... perception ... choice ... consciousness in the past.’ That’s how you run back to the past.

And how do you not run back to the past? You don’t muster delight there, thinking: ‘I had such form in the past.’ ... ‘I had such feeling ... perception ... choice ... consciousness in the past.’ That’s how you don’t run back to the past.

And how do you hope for the future? You muster delight there, thinking: ‘May I have such form in the future.’ ... ‘May I have such feeling ... perception ... choice ... consciousness in the future.’ That’s how you hope for the future.

And how do you not hope for the future? You don't muster delight there, thinking: 'May I have such form in the future.' ... 'May I have such feeling ... perception ... choice ... consciousness in the future.' That's how you don't hope for the future.

And how do you falter amid presently arisen phenomena? It's when an uneducated ordinary person has not seen the noble ones, and is neither skilled nor trained in the teaching of the noble ones. They've not seen good persons, and are neither skilled nor trained in the teaching of the good persons. They regard form as self, self as having form, form in self, or self in form. They regard feeling ... perception ... choices ... consciousness as self, self as having consciousness, consciousness in self, or self in consciousness. That's how you falter amid presently arisen phenomena.

And how do you not falter amid presently arisen phenomena? It's when an educated noble disciple has seen the noble ones, and is skilled and trained in the teaching of the noble ones. They've seen good persons, and are skilled and trained in the teaching of the good persons. They don't regard form as self, self as having form, form in self, or self in form. They don't regard feeling ... perception ... choices ... consciousness as self, self as having consciousness, consciousness in self, or self in consciousness. That's how you don't falter amid presently arisen phenomena.

Don't run back to the past,
 don't hope for the future.
 What's past is left behind;
 the future has not arrived;
 and phenomena in the present
 are clearly seen in every case.
 Knowing this, foster it—
 unfaltering, unshakable.

Today's the day to keenly work—
 who knows, tomorrow may bring death!
 For there is no bargain to be struck
 with Death and his mighty hordes.

The peaceful sage explained it's those
 who keenly meditate like this,
 tireless all night and day,
 who truly have that one fine night.

And that's what I meant when I said: 'I shall teach you the passage for recitation and the analysis of One Fine Night.'"

That is what the Buddha said. Satisfied, the mendicants were happy with what the Buddha

The Five Aggregates (*Panchupadanakkhanda*)

According to the Buddha, our life is nothing but the experience of five aggregates. These five things are discussed as a whole because they are inextricably woven components of our experience. These five arise together and cease together as we experience the world through our senses. Yet, because of our ignorance, we are aware of matter only, which is the obvious component. However, we have to understand the fact that rest of the aggregates - sensation, perception, formation, and consciousness - also have equally contributed in forming our one experience. According to Buddhism, the root cause of all suffering is the ignorance of the function of these five aggregates. This very ignorance leads to clinging and attachment. Suffering arises because of not knowing the arising and ceasing nature of the five aggregates. That is why Buddhism has repeatedly emphasized the importance of understanding these five aggregates and the way to overcome them. All Buddhist doctrines aim to understand the five aggregates that lead us to overcome suffering. First, we have to know what these five are. They are;

1. The corporeality group or matter (*Rupakkhanda*)
2. The feeling group (*Vedanakkhanda*)
3. The perception group (*Sannakkhanda*)
4. The mental- formation group (*Sankarakkhanda*)
5. The consciousness group (*Vinnanakkhanda*)

We get all experiences in our life through our senses, such as eye, ear, nose, tongue, body and mind. We get no experience except through those six senses. If we get any kind of experiences - seeing, hearing, smelling, tasting, touching or knowing objects - it means that these five aggregates have been arisen. When we see something, hear something, smell something, taste something, touch something or think about something, that means there are both arising and ceasing together of the five aggregates.

When we experience, we use one of six senses such as eyes, ear, nose, tongue, body or mind. The nature of this experience is that it momentarily arises and ceases. Also, five aggregates that form our experience arise and cease momentarily. Among the five aggregates;

1. The corporeality group or matter (*Rupakkhanda*) is forms (රූප) which include four elements and its concomitant 24 forms,
2. The feeling group (*Vedanakkhanda*) is feelings/sensations (වේදනා) that we feel through our senses,
3. The perception group (*Sannakkhanda*) is perception (සන්ධි) that we recognize through our senses,
4. The mental- formation group (*Sankarakkhanda*) is thoughts (සංඛාර) that we conceptualize about the world received through our senses.
5. The consciousness group (*Vinnanakkhanda*) is consciousness (විඤ්ඤාණ); whatever we become conscious of.

We get all kinds of experiences through our senses as the result of arising and ceasing of five aggregates. However, because of ignorance of this process, we think the experience continues to remain after experiencing them. That is why we have attachment then suffering about objects. If we understand this reality and avoid the misunderstanding, we are able to overcome suffering. Without

understanding of these five aggregates, we can never have real liberation from the suffering. Moreover, these five components cannot be separated and pointed out in the physical world, so we should understand them by our intelligence. The Buddha's message helps us a lot in understanding this truth.

According to conventional truth, there are persons, things etc., but according to the ultimate truth we have only these five aggregates which is the world's reality. If we have any kinds of experience about the world, that is five aggregates. The nature of this experience is that it arises and ceases momentarily. **Not being occurred (in the past) comes to an occurrence. Being occurred (at the present) would not come to (the future) occurrence** (අනුත්ථා සම්භූතං නුත්ථා න භවිස්සති). It means if we experience something now, it was not in existent in the past in the same way like now. Also present experience doesn't transcend to the future as it is. If anybody can understand this reality, he is ready to give up the extremes about the past and the future. Furthermore, he tries to live in the present moment seeing, arising and ceasing wisely with full awareness. This is also not permanent. Every moment it arises and ceases, but because of ignorance we think as they are permanent. The cause of suffering is this misconception. If a person can understand as it is, he can overcome suffering. To overcome suffering he has to develop mindfulness and wisdom.

Mindfulness can be divided into four as;

1. Contemplation of matters (*Kayanupassana*)
2. Contemplation of feelings (*Vedananupassana*)
3. Contemplation of consciousness (*Cittanupassana*)
4. Contemplation of mental formations (*Dhammanupassana*)

When we concentrate our mind according to these four, we can understand the nature of all experiences about mind and matter as arising and ceasing. With concentrated mind, we can reflect all things as impermanent, suffering and egolessness or egolessness. Then we can decrease the attachment, clinging, craving or desire about the world. And gradually we can overcome anger and delusion too. This real understanding leads to get rid of suffering. It means we are on the way to real happiness, which should be the bottom line of our lives. Buddhism explains this message to all persons at every level, because this is the most important topic in Buddhism.

According to the *Abhinna Sutta*, as intelligent persons, the thing that we have to comprehend with supernormal knowledge is the five aggregates.

Katame ca, bhikkhave, dhammā abhiññā pariññeyyā? Pañca upādānakkhandhā. Ime vuccanti, bhikkhave, dhammā abhiññā pariññeyyā.

If we have any kind of experience through senses which are eyes, ears, nose, tongue, body and mind, then five aggregates arise. As the result of arising of five aggregates, we see, hear, smell, taste, touch or think. Every moment without any interval these five aggregates arise and cease. Because of ignorance or delusion, we think that the experience still continues. Having thought about it, then we go in search of it in the outer world, and there we may have to experience attachment or suffering according to that experience. The result of the ignorance of this reality is suffering.

If someone can understand these five things as they arise at the moment with conditions and cease instantly, that person is ready to overcome suffering and dissatisfaction. Further, he realizes all

his experiences arise and cease at the moment, and nothing comes to the present from the past and nothing goes to the future from the present.



පැසදිනාහි ලොස් ඇන්ජලිස් බෞද්ධ විහාරස්ථානය

උඳවප් සිල සමාදානය

12/08/2019 ඉරු දින (බු.ව. 2563 උඳවප් මස)